



La p'tite pause LCT ...

du mois de Juin 2025

Avec TriBreizhou et Briag Philippot



Salut Briag ! Salut TriBreizhou.

Alors ... c'est moi qui démarre, dans la famille Philippot, je demande le fils ! *Présent ! Présent aussi !!* Hoho, nous avons un invité surprise qui se prénomme ? *Elven, je suis le petit frère.* Et bien je te propose de faire une p'tite pause avec nous si tu es d'accord ? *Ouais 😊.* Je vais devoir jongler entre deux figures du LCT mais on va s'adapter. Et pour la petite histoire, il est absent mais il y a également le grand frère Maden (Triathlète au LCT). *Il est parti en école militaire à Saint Maixent, il revient fin juillet pour quelques jours de vacances ...* Maden si tu as le temps de lire cette p'tite pause entre deux marches commandos alors je te souhaite le bonjour !! Et toi Elven, tu lui as piqué sa chambre je me doute ? *Non non, j'ai pris celle de Louann. Louann ?! Bah ma grande sœur qui est au Chili pour ses études, du coup elle va dans mon ancienne chambre quand elle revient. J'imagine que cette chambre est plus petite (Rire), et elle fait du triathlon ? Elle n'a pas le temps avec ses études. Et de votre côté, vous en êtes où ? C'est terminé. Ah oui c'est jeune, je croyais que c'était obligatoire jusqu'à 16 ans ! Non c'est pas ça ! C'est juste que c'est les vacances mais je passe en 4^{ème} et j'ai 13 ans aujourd'hui. Bon anniversaire 🎂 ! Et la 5^{ème}, fastoche ? Pas facile mais pas trop difficile. Et le grand à côté, qu'est-ce qu'il dit ? Je passe en terminale l'an prochain. Et ce Bac de français ? Heu oui ... Tu as déjà oublié ? C'est pas mon fort le français. En plus, je suis tombé sur le texte que je ne voulais absolument pas. Et toujours en section triathlon ? Avec la team LCT, Kaelig, Nolann, Titouan, Inès, Léon, Éloïse, Clémence, Léa et Anais. Tu aurais pu commencer par les filles, un peu de galanterie !! (Rire de Briag). Et Elven tu es en section triathlon au collège ? *Oui, c'est ma première année de triathlon. Oh je me souviens de tes débuts "fracassants" sur le duathlon de Liffré (Chute de vélo 🚲).* C'était ta toute première course ? *Oui avec le LCT et puis 6 semaines d'arrêt. Dur dur, tu as bien rebondi depuis ? Oh oui, j'ai refait un tri UNSS deux jours après la fin de l'arrêt. Un vrai guerrier. Je ne l'ai pas fait à fond et sans entraînement et au final j'ai fini 2^{ème} ! Bravo pour la perf, tu fais 2^{ème} sans t'entraîner et moi qui m'entraîne comme un fou, je ne fais jamais de podium !!!**

En parlant d'entraînement, qu'est ce vous préférez le plus ? *Natation ... je sais pas trop.* Tu aimes bien le triathlon ? *Oui.* Donc tu aimes tout finalement 😊, et toi Briag ? *Plutôt natation. C'est vrai qu'il y a de bons nageurs dans la Team Philippot ! On a tous commencé par la natation. D'autres sports ? Judo pour moi pendant 6 ans pour me canaliser. Et ça a marché ? Il faudra demander à ma mère 😊.* Et moi Multisports, on a tous fait ça. Vous faites tous les entraînements ? *Oui, tous sauf si empêchement et blessure, ça fait 15 heures par semaine environ. C'est énorme, ça devrait suffire pour te canaliser !! Tu dois bien dormir le soir, et tu arrives à faire tous tes devoirs ? Heu oui normalement tout. Tu passes en term donc on va considérer que tu as fait le job. Je suis d'accord. Et Elven, de ton côté, tous les entraînement UNSS, et rien pendant les vacances du coup ? Si entraînement natation à l'US Liffré et Briag aussi. Bah les gars, vous ne dites pas tout en fait ! Autre chose ? Je suis au club cycliste de Combourg avec mon pote Kaelig. En parlant de Combourg, je crois me souvenir que tu as passé un peu de temps dans ce secteur ? *Oui, j'ai fait mon stage 3^{ème} et de seconde en tant que mécano cycle puis j'ai bossé là-bas l'été. Rien que ça !! Tu pourras donner des conseils à Romain si**

dès fois il rencontre quelques soucis sur son bicloune ^^ . Autre chose que vous me cacher les p'tits gars ? Hormis le sport ? Ben . . . non. De la flute traversière. Et moi de la guitare. Et tu viens de me dire non, petit malin !! Je me demande quand est-ce que vous dormez dans cette famille ?! Titouan et son père en font aussi. Je vois bien Cyriaque en mode rockeur. Oui, j'ai fait un concert avec lui, je confirme. On pourra faire un groupe de musique au LCT dans les années à venir avec tous ces musicos, sans compter Delphine qui gratte et chante aussi . . . affaire à suivre . . . Bon je demande quand même à voir, surtout à entendre 😊 .

Revenons au sport, en dehors des entrainements club, vous en faites en famille ? Oui quand je fais des sorties chill, Elven m'accompagne. Maden aussi quand il est là, et moi je suis en sueur derrière 😊 . Haha, je crois que j'ai l'image ! Le petit frère qui s'arrache pour suivre les grands loustics. Mais au-delà du sport, ce que je vois dans cette jolie fratrie, c'est que ça respire la complicité, ça saute aux yeux, j'adore ! On est allé dès fois avec mon père à vélo voir Briag sur ses courses. Je constate que toutes les occasions sont bonnes dans la famille pour faire du sport et partager un bon moment. Donc le papa fait aussi du vélo ! Et la maman ? De la natation depuis un moment. Ah je commence à mieux comprendre !

Elven tu peux me parler de Briag ? Je sais pas trop quoi dire . . . Il t'embête ? Non c'est moi. C'est tellement vrai. Briag te conseille dans le sport ? Oui, plus en vélo et un peu en natation. On lui a appris à rouler en lui apprenant les règles pour ne pas chuter en peloton mais ça n'a pas marché 😞 (CF chute duathlon). Tu leur en as voulu du coup ?! Même pas. Tu penses que tu pourras rouler plus vite qu'eux bientôt ? Bah non. Et pourquoi pas ? A mon avis ça ne devrait pas tarder, je suivrai ton évolution avec grand intérêt Elven. Ça sera top aussi de voir les 3 frères sur une même compète. Ça enverra du lourd !

Briag, la première partie de saison se termine, tu es satisfait ? Oui et non, oui car sur les triathlons auxquels j'ai participé, j'ai réussi à aider l'équipe. Mais non car j'ai manqué tous les gros rendez-vous de la saison à cause de mes problèmes aux genoux, beaucoup de déception.

Et pour la suite 2025 ? Triathlon de Quiberon, le S, avec toi 😊 . J'essayerai de te suivre . . . ah bah non en fait, dès la natation ça sera cuit pour moi, je te rattraperai peut-être à vélo, toujours pas à mon avis . . . et finalement pas plus en CAP. Bon ben on se reverra à l'arrivée quand même 😊 .

Votre club préféré ? Liffré Cormier Triathlon 😊

PSG Triathlon. Tu me fais peur ! Mais non, c'est le club imaginaire que Rodolphe veut entraîner 😊

Notre p'tite pause LCT touche à sa fin, merci les gars d'avoir accepté de jouer le jeu, j'ai une fois de plus passé un chouette moment, je me suis bien marré avec ces deux loustics pleins de malice (il suffit de voir les photos ci-dessous 😊). Profitez bien de vos vacances pour faire du sport et vous reposer un peu, même si ce n'est pas l'habitude de la maison !

Une phrase de conclusion ?

Merci à TriBreizhou de prendre du temps pour rédiger et organiser ces p'tites pauses. Maintenant l'heure est à l'entraînement, il va falloir être régulier cet été pour espérer faire un résultat convenable à la rentrée. On se revoit à Quiberon !

Merci d'avoir accepté que je participe à cette p'tite pause, c'était intéressant ! J'ai passé un bon moment !

